

اللهم صل على محمد وآل محمد
فتاة الخير
العدد ١٨
الأمانة العامة للعتبة الحسينية المقدسة
مجلة شهرية تعنى بثقافة الفتاة من سن البلوغ إلى خمس عشرة سنة
تصدر عن مدرسة الامام الحسين عليه السلام الدينية في الصحن الحسيني
شهر جمادى الآخرة ١٤٣٤هـ - ايار ٢٠١٣ م
رقم التسجيل في دار الكتب والوثائق ١٦٧٢ لعام ٢٠١٢م

اتينا نُسائلُ امَّ البنين

اتينا نُسائلُ امَّ البنين
لِمَن طالَ مِنها البُكا والأنين
لِمَنْ صَوتُها في البَقيعِ اعتَلا
بنعيٍ لهُ الصَّخرُ شَجواً يَلين
لِسِبطِ النبيِّ الشهيدِ الغَريب
بَكَتْ مُذ بَكت ام بكت للبنين
فَمَجلِسُها في مَحاني البَقيع
إلى الآنَ في السَّمعِ منه الرَّنين
كأنّي بها وهي تَحْتَ الثَّرى
تُجيبُ بصوتِ الشَّجا والحَنين
أيا سائِلي أيُّ خَطبٍ عَرَى
فؤادي فَأمسى كئيباً حَزين
وإن كانَ فَقدُ البَنين انطوى
به الضّلعُ مِنّي لَهُم أجمَعين
ولكنهُ لا كفقدِ الحُسين
لقَد عَزَّ بَعدَ الحُسينِ المُعين
ولو عادَ لي بعدهُم سالِماً
لما أصبَحَ الداءُ داءً دَفين





كلمة المشرف العام

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليك عزيزتي فتاة الخير انه

قد اقبل شهر جمادى الآخرة وهو شهر تتجدد فيه احزان آل محمد وذلك بذكرى استشهاد الصديقة الزهراء عليها السلام والصديقة ام البنين عليها السلام وفي هذا الشهر مناسبة مهمة عظيمة وهي ولادة الصديقة الطاهرة فاطمة الزهراء عليها السلام يوم ٢٠ منه وهي فرصة عظيمة لا بد من اغتنامها لمراجعة النفس حول العلاقة مع الام خصوصاً ولا باس ان يكون هذا اليوم هو يوم الام فنكرمها ونوصل اليها الهدايا والكلام الطيب وغير ذلك. وايضاً اقتراب موعد الامتحانات النهائية واقتراب العطلة الصيفية فعليك يا ابنتي العزيزة الجد والمثابرة في مراجعة المواد الدراسية لكي تكوني متفوقة بالامتحانات وتتهيئي للحضور في الدورات الصيفية التي تقام طيلة العطلة للاستفادة من العلوم الدينية والله الموفق.

المشرف العام:
الشيخ احمد الصافي

مدير التحرير
الشيخ صفاء الدين الزيدي

هيئة التحرير:
مجموعة من طالبات
مدرسة الإمام الحسين عليه السلام
في الصحن الحسيني الشريف
القسم النسوي

التصميم والإخراج الطباعي
علاء سعيد الاسدي

في هذا العدد

للتواصل معنا:
مدرسة الامام الحسين عليه السلام
في العتبة الحسينية المقدسة
أو على الانترنت

البريد الالكتروني:
info@alhussain-sch.org
hudazaedy@ymail.com

دار الضياء للطباعة
النجف الأشرف
٠٧٨٠١٠٠٠٦٠٣
رقم التسجيل في دار الكتب والوثائق ١٦٧٢ لعام ٢٠١٢م



من هم المحارم ؟

سيناريو: هدى الخفاجي
رسم وتلوين: اسراء حميد










ماتقوله ميس صحيح ياسماح فابن العم وابن العمة وابن الخال وابن الخالة وزوج العمة وزوج الخالة الى اخره وكل من يحل للمراة الزواج منه يجب عليها ان تتستر منه كما تتستر من الرجل الغريب الذي لا تعرفه وقد ذكر الله تعالى في سورة النساء اللاتي لا يجب عليهن الحجاب امام الرجل وهن محارمه فقط
لم اكن اعلم بهذا فقد اعتدت على ان اعتبره مثل اخي هل يمكنكن ان تخبرني من يجوز لي الا ارتدي الحجاب امامه ؟ لكي اعرف ما يجب علي من تكليف شرعي


كل من يحرم على المراة الزواج منه يجوز لها ان لاتلبس امامه الحجاب وكل من يجوز لها الزواج منه يجب عليها ان تتحجب امامه وقد حدد الله تعالى ذلك في سورة النساء الاية٢٣ ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالَاتُكُمْ وَبَنَاتُ الْأَخِ وَبَنَاتُ الْأُخْتِ وَأُمَّهَاتُكُمُ اللَّاتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ مِنَ الرَّضَاعَةِ وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ وَرَبَائِبُكُمُ اللَّاتِي فِي حُجُورِكُمْ مِنْ نِسَائِكُمُ اللَّاتِي دَخَلْتُمْ بِهِنَّ فَإِنْ لَمْ تَكُونُوا دَخَلْتُمْ بِهِنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ وَحَلَائِلُ أَبْنَائِكُمُ الَّذِينَ مِنْ أَصْلَابِكُمْ وَأَنْ تَجْمَعُوا بَيْنَ الْأُخْتَيْنِ إِلَّا مَا قَدْ سَلَفَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا﴾


ولكن انتبهي ياسماح فالامر لايقتصر على الحجاب فقط بل تحرم عليك المزاح والمفاكهة واي امر خارج عن مقدار الضرورة وايضا لايقتصر الحجاب فقط على مجرد وضع غطاء على الراس بل يجب ان يكون الحجاب ساترا لجميع البدن وان يكون طويلا وفضفاضا لا يظهر معه مفاتن المراة.


ولا فرق بين ان يكون اكبر منك او اصغر فمتى ما اصبح مميزا يجب ان تتستري منه ومتى مابلغت الفتاة تسع سنين هلالية وجب عليها الحجاب الكامل كما المراة الكبيرة
لا اعرف كيف اشكركن لقد كنت غارقة في الذنوب بسبب جهلي استغفر الله على مابدر مني ارجو من الله ان يغفر لي

الطفل الوحيد

ضغوطاتٌ كثيرةٌ وصعوباتٌ شتى تبدأ بمحاصرة الولد الوحيد منذ أن تتفتح براعم عمره على نافذة الحياة..

تساؤلات وإشكاليات متفاوتة تجعل كلاًّ من الأبوين في حيرة وتشتت دائمين... قلق ينصبّ بالدرجة الأولى على أسلوب التربية الأكثر انسجاماً وتماشياً مع ابنهما الوحيد وطريقة تعاملهما معه. ويتبع ذلك صفات وأحكام مسبقة تلصق بالطفل الوحيد فيقال عنه:

إنه أناني، كثير الاعتماد على ذويه، لا يتحمّل المسؤولية، يميل إلى العزلة، ويمكن تواصله مع أقرانه ضعيف.

وحدة وقلق

أبرز ما يعاني منه الولد الوحيد هو الشعور بالملل والوحدة ما يجعل من العزلة والانفرادية مسكنه المفضل ، وهذا، مما لا شك فيه، ينعكس على مزاجه فيشعر في بعض الأحيان بالقلق والاكتئاب.

ولعل أكثر ما يتعمّد القيام به هو ممارسة بعض التصرّفات الغريبة التي تظهر في سلوكه العدواني، في بعض الأحيان، وذلك من أجل لفت الانتباه والأنظار إليه.

وهذه الصفات لها تأثيراتها الواضحة على تكوين شخصية الولد الاجتماعية وعلى سلوكه مع محيطه فهي تحاصره وتلازمه في جوانب كثيرة من حياته، فتجعله إما فرداً انطوائياً مندفعاً نحو العزلة أو شخصاً عصبياً عدوانياً يلجأ إلى أساليب غير مقبولة لتلبية طلباته ، وهذا بالطبع ينعكس على مزاجه فيشعر بالقلق والاكتئاب.

أما فيما يتعلق بالجانب العاطفي فيلاحظ عند الطفل الوحيد سهولة تعلّقه بالآخرين.

سمات مشتركة

من أبرز السّمات التي تطبع شخصيّة الطّفل الوحيد وتميّزه عن الآخرين:

أولاً: أنّه يصبح عُرضة للشّخصية النّرجسية والسبب أنّ كل مطالبه مجابة، فيتجه للاعتماد على هذه الوسيلة ليُشعر نفسه أنه متميّز عن الآخرين.

ثانياً: عادة ما تظهر صفة الانطوائية عند الطفل الوحيد مما ينعكس بالدرجة الأولى على جانب بناء العلاقات مع الآخرين، وبذلك يكون لديه ضعف في مهارات التّواصل.

ثالثاً: السلوك العدواني الذي يتعمد القيام به إما للفت الأنظار إليه، أو لشعوره بالحاجة إلى التماس الاهتمام من المحيطين به أو لتلبية مطالبه.

دور الأهل

لذا، أهم ما ينبغي مراعاته هو أسلوب تعامل الأهل مع ولدهم الوحيد، وهذه بعض الوسائل التربوية المعتبرة التي يجب أن يعتمدوها:

١ـ التصرف بحكمة والاعتماد على الأساليب التربوية المتوازنة في مختلف الأمور.

٢ـ اللجوء إلى أسلوب الحزم والجديّة في التّعاطي: فليسلّموا ولدهم بعض المهام والمسؤوليات كي يخرج من إطار الاتكالية، وتزداد ثقته بنفسه فتتطوّر شخصيته فيها.

٣ـ الموازنة بين جانبي الرفق والحزم في علاقتهم مع وحيدهم فالتدليل لا يؤتي ثماراً طيبة إن لم يكن في مكانه ووقته المناسبين، بل قد يكون سبباً رئيساً في وقوع الولد في مشاكل نفسيّة واجتماعية لا طائل لها، كما إن الحزم في غيروقته يدمر الشخصية.

إذاً،فخلاصة الأمر ينبغي للأهل اعتماد قاعدة لا إفراط ولا تفريط كاساس للعمل والتعامل

دعوه يعبّر

من مرتكزات وأسس التربية الناجحة والتي توّطد العلاقة بين كل من الأهل وولدهم هو إعطاؤه الوقت الكافي للاستماع لآرائه ومواقفه، وللتعبير عن كل ما لديه من خيارات وتوجّهات في مختلف المسائل.

إلى جانب ذلك، لا بدّ للأهل من أن يؤمّنوا الجوّ المناسب للرّفقة والأصدقاء لابنهم، ومن مصلحته السعي لإشراكه في الأنشطة الرّياضية والكشْفيّة وغيرها.. حتى يخرج من إطار الوحدة والعُزلة.

مما لا شك فيه، أن الانحراف عن خط التوازن في سلوك التربية سيكون له آثار وتداعيات على شخصية الطفل ونشأته بجانبيها الاجتماعي والنفسي فذلك يجب أن يكون مدروساً وواضحاً بالنسبة للأهل منذ البداية.



السؤال : هل العمل بمقاهي الانترنت جائز ؟

الجواب : لامانع منه في نفسه.

السؤال : ما حكم من يفتح المواقع الاباحية ويستمع للغناء المتناسب مع مجالس اللهو والطرب؟

الجواب : لا يجوز.

السؤال : يوجد في الانترنت برنامج البالتوك الذي يضم مختلف الفئات التي تتناقش في مواضيع شتى سؤالي لسماحتكم ما رأيكم بالتحدث بين الشباب (الفتيات والفتيان) في هذا البرنامج؟

الجواب : لا يجوز لما فيه من خوف الوقوع في الحرام.

السؤال : ما حكم تبادل الرسائل الالكترونية بين الجنس الأخر بشكل مباشر؟

الجواب : لا يجوز لما فيه من خوف الوقوع في الحرام ولو بالأنجرار إليه شيئاً فشيئاً.

السؤال : هل يجوز الاختلاط بين الجنسين ؟

الجواب : لا يجوز اذا كان يؤدي الى الاخلال بشيء مما هو وظيفة المراة تجاه الرجل الاجنبي او العكس سواء من جهة رعاية التستر اوالعفاف وغيرذلك .

السؤال : هل يجوز للمرأة العمل او الدراسة في مكان مختلط؟

الجواب : لايجوز إذا كان يؤدي إلى الاخلال بشيئ مما هو وظيفة المرأة تجاه الرجل الأجنبي من جهة رعاية التستر والعفاف وغيرهما.

السؤال : هل يجوز اختلاط الجنسين في المدارس المتوسطة والثانوية إذا علم الإنسان أنَّ ذلك الإختلاط سيؤدي حتماً في يوم ما الى وقوع محرم لطالب أو طالبة ، ولو كان بالنظر المحرم؟

الجواب : لا يجوز في الصورة المذ كورة.

السؤال : تركب بعض النساء سيارات الاجرة، وتكون هي والسائق لا ثالث لهما؟

الجواب : ما دامت تأمن على نفسها من الوقوع في الحرام اذا ركبت معه وحدها فهو جائز.

السؤال : هل يجوز لي الدراسة في الجامعات المختلطة بين الجنسين؟

الجواب : لا يجوز اذا كان الاختلاط يؤدي إلى الاخلال بشيء مما هو وظيفة المرأة تجاه الرجل الاجنبي او العكس سواء من جهة رعاية التستر و العفاف او غيرذلك، و لا بأس مع الامن من ذلك على كراهة.

السؤال : هل يجوزاقامة عقد قران مختلط بوجود رجال ونساء مسلمين وغيرمسلمين في مكان واحد مع مراعاة الحجاب ؟

الجواب : لايجوز الاختلاط المثير والاثارة امر طبيعي في مجالس العرس فلا بد من التفريق بين الرجال والنساء.

السؤال : هل يجوز نسخ الأقراص والكاسيتات الحسينية وغيرها علماً انه توجد عليها عند الشراء عبارة (لا يجوز نسخ هذا العمل شرعاً) ؟

الجواب : إذا كان هناك قانون معمولٌ به ومُقرّ من جهة ذات صلاحية شرعاً فيجب الالتزام به ولا يجوز مخالفته.

السؤال : هل يجوز النظر الى المسلسلات والافلام المدبلجة ؟

الجواب : إذا كانت تؤثر على المشاهد وتوجب انحرافه فلا يجوز كما لا يجوز النظر بشهوة بل وكذا بدونها على الأحوط إذا كانت المشاهد خلاعية.



منقولة من موقع السيد السيستاني دام ظله

تزيّني بالقرآن ...

بقلم: ماجدة حسن

بينَ أشجارٍ جميلةٍ وقربَ نهرٍ صغيرٍ يقعُ البيتُ الذي تعيشُ فيه زهراءُ وحوراءُ، وهما أختانِ توأمانِ متشابهتانِ إلى حدٍّ كبيرٍ، يصعبُ على الكثيرِ التفريقُ بينهما، ولكنَّهما مع هذا التشابهِ في الشكلِ إلا أنهما مختلفتانِ في بعضِ الرؤى والأفكارِ..

تلعبانِ وتمرحانِ معاً وتملآنِ البيتَ بضحكاتهما العذبةِ وكأنهما فراشتانِ جميلتانِ، والدهُما يُحبُّهما كثيراً، ووعدهُما إنْ هُما تفوَّقتا في الامتحاناتِ وأتيتا بالشهادةِ العاليةِ، يشتري لهُما ما تريدانِ..

في يومٍ من الأيامِ قالتْ حوراءُ بسرعةٍ وبدونِ تفكيرٍ: أريدُ منكَ يا أبي أنْ تشتري لي قلادةً ذهبيةً أتباهى بلبسها بينَ صديقاتي.

قالَ الأبُ لكِ ماتُريدينَ ، وأنتِ يا زهراءُ أتُريدينَ قلادةً مثلها؟

سكتَتْ زهراءُ لحظاتٍ تُفكِّرُ في الأمرِ، ثمَّ قالتْ: لا يا أبي بَلْ أريدُ مُصحفاً أقرأُ فيه كلامَ اللّهِ.

فتعجَّبتْ حوراءُ وقالتْ: ألا تُريدينَ أن تزيّني صَدركِ؟

أجابتها زهراءُ: نعم بكلِّ تأكيدٍ أريدُ أنْ أزيّنَ صَدري، ولكنْ بما أحملُ من كلامِ اللّهِ كي يُنوِّرَ قلبي ويُقوِّي ذاكرتي وتَطمئِنَّ نفسي فاني اريد ان ازين صدري الداخلي بالذهب الحقيقي وهو القرآن ولا اريد ان ازين صدري الخارجي بالذهب الذي يستخدمه حتى الكفار زينة لهم

وبعدَ حصولهنَّ على النجاحِ بتفوقٍ، أهْدَى الوالدُ لكلِّ واحدةٍ منهما ما أرادتْ..

القلادةَ لحوراءَ والمُصحفَ لزهراءَ..

أخذتْ زهراءُ المصحفَ فقبّلتهُ ووضعتهُ بينَ يديها والإبتسامةُ ترتسمُ على وجهها، ثمَّ فتحتهُ فإذا بها تجدُ قلادةً ذهبيةً كقلادةِ أختها في وَسَطِه، فقالتْ : ما هذا يا أبي؟

قالَ الأبُ: مَن يُريدُ الآخرةَ يا ابنتي يجمعُ اللّهُ له الدنيا والآخرةَ.

إنَّ نجاحَكِ وسعادتَكِ في قراءةِ القرآنِ وتدبرِهِ وهذه هي البدايةُ للتوفيقِ في حياتِكِ ونيلِكِ لرضا اللّهِ عزَّ وجلَّ في الدنيا والآخرةِ..

بقلم: ماجدة حسن

قصة بها حكمة

قررت مراقبة منزلها بكاميرات فيديو.. فاكتشفت مفاجأة !!

خطرت على بالي فكرة غريبة . وهي تثبيت كاميرات فيديو في بيتي ، إذ أردت أن أسجل يوماً عادياً في حياتي ، فلماذا لا أرى نفسي بعين الآخرين ، قمت فعلاً بتثبيت الكاميرات في أكثر من مكان بالمنزل حتى تسجل كل حركة وكل سكنة بوضوح. ولكن شعرت برهبة شديدة من هذه التجربة ولم أدري منبع هذا الخوف ،هل هو خوف من الكاميرات أم من نفسي ؟

سرحت بتفكيري متخيلة أحداث اليوم وكيف ستسجلها الكاميرا باللحظة .

لم أكن أنا الوحيدة المتشوقة لرؤية هذه التجربة بل أن مجموعة كبيرة من الصديقات يتشوقن لرؤية هذه التجربة وكأنهن يتشوقن لرؤية فيلم سينمائي من نوع خاص.

لم يكتب له السيناريو سواي ولم يخرجه غيري .

ثم قلت في نفسي : مالجديد في الأمر..؟ أنه يوم مثل أي يوم، يجب أن أتصرف بتلقائية وأحاول أن أتناسى الكاميرات.

وبدأت أشعر أن هذه الكاميرات تشعر بما أفكر به وكأنها تنظر إلي وتتحداني .

وهدأت نفسي قائلة : هذه الكاميرا ما هي إلا جماد لا يحس ولا يشعر،فلماذا كل هذه الرهبة والخوف منها تحدثت مع صديقتي بالهاتف لم أستطع الحديث ، وأغلقت الهاتف سريعاً مع العلم إنني كنت دائماً أتحدث مدة ساعات في الهاتف كالحديث عن هذه .. وماذا فعلت تلك والآن لاستطيع ؟ وهكذا تمر الدقائق تلو الدقائق ،والساعات تلو الساعات.

وكلما فكرت في فعل شيء لا أحب أن يراه الناس تراجعت ، فالكاميرات تسجل وتصور وقد أحسست بخوف يملؤني ، أحتاج لأحد ألجأ إليه .

ذهبت لا إرادياً لأتوضأ وأصلي .. وأبكي بين يدي الله تعالى وكأنني أصلي لأول مرة .

نعم لأول مرة في حياتي أستشعر معية الله، بعدها لم أعد أخشى من تلك الكاميرات ..بل أحببتها جداً.

لأنها أحدثت تحولاً كبيراً في حياتي ..ونظرت إليها في امتنان وكأنني أقول لها : شكراً

والأغرب أنني بعد فترة لم أعد أهتم بها ولم تعد تلك الكاميرات هي الرقيب علي.

وإنما الرقيب من هو اعظم منها وهو شعوري بمعية الله الذي لا يغفل ولا ينام .

فلو فرضنا أن الكاميرات سجلت كل تصرفاتي فما الذي يجعلني أخاف ؟

أأخاف من الناس الذين هم مثلي أمام الله ، أأخشى الناس ولا أخشى الله ؟

حينئذ تذكرت مقولة: (لا تجعل الله أهون الناظرين اليك) قمت وأغلقت الكاميرات فلم أعد في حاجه إليها.. ولن أحتاج أن أسجل يوماً من حياتي فعندي ملكان يسجلان علي كل أعمالي وكل أقوالي ، والآن أسمع صوتاً يناديني من داخلي يقول: ((ما أحلى معية الله))

ولكن ما هذا الصوت ؟ أنه صوت ضميري .

يقول لي هل تحبين أن يراكِ أحد على معصية ؟ بالطبع ستكون أجابتي : لا

فهل تجدين في الدنيا ما هو أعظم من رضا الله . فاقول له لا

فيقول : إذاً لا تجعلي الله أهون الناظرين إليك ..!!!

اللهم أجعلنا نخشاك كأننا نراك..



لا أدري من أطيع



عادتْ (نبأُ) الفتاةُ الصغيرةُ من المدرسة، وبعدَ وصولها إلى البيت لاحظتْ الأمُّ أنَّ ابنتَها أصابَها الحزنُ، فسَألتْها عن سببِ ذلكَ.

قالتْ نبأُ : أمّاهُ إنَّ معلمتي اعترضَتْ على لبسي للحجابِ الذي أضعُهُ على رأسي وهذهِ الملابسِ الطويلةِ التي ألبسُها.

الأمُ : ولكنَّها الملابسُ التي يريدُها اللهُ يا ابنتي.

نبأ : نعَمْ يا أمّاه .. ولكنَّ المعلمةَ لا تُريدُ ذلك.

الأم : حَسَناً، المعلمةُ لا تُريدُ، واللهُ يُريدُ، فمَن تُطيعينَ؟

أتُطيعينَ اللهَ الذي خلقكِ وصَوَّرك، وأنعَمَ عليكِ؟ أمْ تُطيعينَ مخلوقةً لا تملكُ لنفسِها نفعاً ولا ضَراً ؟

نبأ : بَلْ أُطيعُ اللهَ.

الأم : أحسَنتِ يا ابنتي.

((وفي اليومِ التالي لبسَتْ نبأُ حجابها وثيابها الطويلةَ .. وعندما رأتها معلمتها أخذتْ تُعاملُها بقسوة، فلمْ تستطعْ أنْ تتحمَّلَ ذلك، ولا تتحمَّلَ نظرات صديقاتها إليها، فما كانَ منها إلا أنْ أجْهشَتْ بالبكاءِ، ثُمَّ هَتفتْ تلكَ الصغيرةُ بكلماتٍ كبيرةٍ في معناها، قليلة في عددها)):

واللهِ لا أدري مَن أُطيعُ ؟ أنت أمْ هُوَ! !.

فتساءلت المعلمةُ : ومَن هُوَ ؟ .

قالتْ نبأُ: اللهُ سبحانه وتعالى فهل أُطيعك أنت فألبسُ ما تريدينَ وأعصيه، أمْ أُطيعهُ وأعصيك؟ سأُطيعُهُ سُبحانهُ وتعالى وليكُنْ ما يكون.

((يا لها من كلماتٍ خرجتْ من ذلكَ الفمِ الصغيرِ.. كلماتٍ أظهرت الطاعةَ والولاءَ المطلقَ للهِ تعالى،فطلبتِ المعلمةُ استدعاءَ أمّها))

وجاءت الأمُّ فقالت المعلمةُ لها :

لقد وعَظَتْني ابنتُكِ أعظمَ موعظةٍ سمعتُها في حياتي.

((نعَمْ لقد أخذت المعلمةُ من تلميذتها الصغيرة تلكَ الموعظةَ.... هذه المعلمةُ التي دَرسَتْ أساليبَ التربية وأخَذتْ قسْطاً مِنَ العلم، ولكنَّ العلمَ لمْ يمنعْها أنْ تأخُذَ الموعظةَ من صغيرة قد تكونُ في سنِّ إحدى بناتها)).

فتحيةً لتلكَ المعلمة، وتحيةً للصغيرة نبأ، تلكَ الفتاةُ التي تمسَّكتْ بتعاليمِ السماء، وتحيةً لأمِّ نبأ التي زرعَتْ في ابنتها حبَّ اللهِ ورسولهِ وجَعلتْها مُتحجِّبةً وعفيفةً..

بقلم: ماجدة حسن



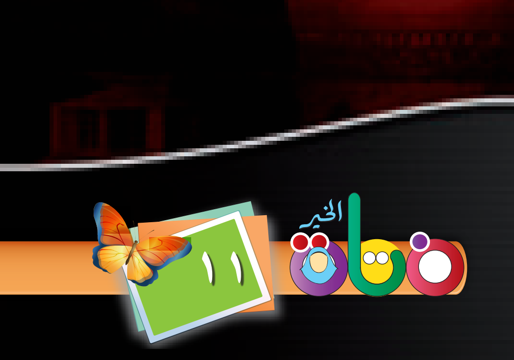

أم خلف زوجة مسلم بن عوسجة

ذواتُ النجابة والولاء من النساء المسلمات، لم يُطقْنَ أن يتركْنَ حرائرَ الوحي وكرائمَ الرسالة يَعشْنَ المحنةَ العظمى في كربلاءَ لوحْدهنّ، فقد أقدمْن على المواساة والتضحية، ثمّ دَخلْن مع آل اللّه في مصيبة السَّبْي بعد أن دفعْن بأزواجهنّ وأولادهنّ إلى ساحة الشهادة بين يَدَي إمامِ زمانهن أبي عبد اللّه الحسين ريحانة المصطفى صلى الله عليه وآله.

وكان من بين تلك المؤمنات المُواليات النجيبات.. أمُّ خَلَف زوجةُ مسلم بنِ عَوْسجة الشهيدِ السعيد الذي تشرّف بنصرة سيّد شباب أهل الجنّة الإمام الحسين بن عليّ عليه السلام أولاً، ثمّ بالشهادة بين يديه، ثمّ بتأبينه، ثمّ بزيارة الإمام المهديّ صلوات اللّه عليه له، حيث خاطبه بقوله: «السلامُ على مُسلم بن عَوسجةَ الأسديّ، القائلِ للحسين عليه السلام ـ وقد أذِنَ له في الانصراف ـ: أنحنُ نُخلّي عنك؟! وبِمَ نعتذرُ عند اللّه من أداءِ حقّك؟! لا واللّه حتّى أكْسِرَ في صدورهم رُمحي هذا، وأضرِبَهُم بسيفي ما ثَبَت قائمُه في يدي، ولا أفارقك، ولو لم يكن معي سلاحٌ أُقاتلُهم به لَقذفتُهم بالحجارة ولا أفارقُك حتّى أموتَ معك». ويواصل الإمامُ المهديُّ سلام اللّه عليه زيارته لمسلم بن عوسجة فيُخاطبه بالقول: «و كنتَ أوّلَ مَن شَرى نفسَه، وأوّلَ شهيد من شهداءِ اللّه قضى نَحْبَه (أي من الأصحاب في كربلاء)، فَفُزتَ وربِّ الكعبة. وشَكَر اللّه استقدامَكَ ومُواساتَك إمامَك، إذ مشى إليك (أي الحسين عليه السلام) وأنتَ صريعٌ فقال: يَرحمُك اللّه يا مسلمَ بنَ عوسجة. وقرأ: «فَمِنْهُم مَنْ قضى نَحْبَه ومنهُم مَن يَنتظرُ وما بَدّلُوا تبديلاً». لعَنَ اللّه المشتركينَ في قتلك: عبد اللّه الضِّبابيّ، وعبدَ اللّه بنَ خُشْكارةَ البَجَليّ، ومسلمَ بنَ عبد اللّه الضِّبابيّ».

كتب الشيخ ذبيحُ المحلاّتيّ في (رياحين الشريعة) ـ نقلاً عن عطاء اللّه الشافعيّ في (روضة الأحباب) ـ أنّ زوجةَ مسلم بن عوسجة كان لها ابنٌ من زوجها مسلم يُسمّى «خَلَف»، لمّا سَمِع بمصرع أبيه وشهادته نهضَ كالأسد مندفعاً إلى ساحة المعركة، فاعترضه الحسين سلام اللّه عليه يمنعه ويُعْلِمُه أنّه إن قُتل فستبقى أمُّه وحيدةً في هذه الرمضاء. فأراد خَلَفُ الرجوع، وإذا بأُمّه تعترضُه تتعجّلُ منعَه عن القعود، واقفةً في طريقه لتقول له: بُنَيّ، اخْتَرْ نُصرة ابنِ بنت نبيّك على سلامة نفسك، أمّا إذا اخترتَ سلامتَك فلن أرضى عنك أبداً!

فبرز خَلَفُ بنُ مسلم بنِ عوسجةَ للقوم، وحَمَل عليهم وهو يسمع أُمَّه تُناديه وتُشجّعه: أبْشِرْ يا ولدي، فإنّك ستُسقى من ماءِ الكوثرِ الساعةَ إن شاء اللّه تعالى. فقتلَ خلفٌ ثلاثينَ رجلاً، وبقيَ يقاتل ببسالةٍ وشهامةٍ حتّى نال شرف الشهادة، فلمّا سقط احتزّ اللُّؤماءُ رأسَه و رَمَوا به نحو أُمّه، فتلقّتْه أمُّه واحتضَنَتْه وقبّلتْه، ثمّ بكت، وأبكَتْ مَن كان معها.. ثمّ دخلت في رَكْب السَّبايا مع حريم الرسالة بعد العاشر من المحرّم.



- نظام البوصلة الغذائي : هذا النظام يشير الى المبادئ التوجيهية الغذائية الثمانية .

البوصلة هي دليلك الى توازن سليم بين الغذاء والنشاط البدني . وهذا لا يظهر لك الاختيارات الصحية فقط، بل ما تحتاجين الى التقليل منه. هناك عدة طرق بأمكانك العمل بها ولكن يجب أن تكون معها كل المباديء الثمانية وهذا الامر متروك لك لايجاد الطريقة التي تناسب حياتك اليومية.

- النصائح الغذائية هي كما ذكرنا في العدد الماضي ، بأنها نصائح عن كيفية العيش في حياة صحية . وعليك باستعمال النصائح الغذائية بنمط يناسب حياتك ، بأكل وجبات قليلة ومتعددة وبتقليل البروتينات (الرز والخبز الأبيض والمعكرونية) ونشاط لمدة ٣٠ دقيقة في اليوم، حتى تتمكنين من فقدان وزن صحي (كالدهون الزائدة ، والسكريات الكثيرة). ويكون من الأسهل الحفاظ عليه بأخذ بعض المواد الغذائية الصحية كالحبوب الكاملة ،والأعتماد على الخضار المسلوقة والسلطات والفواكه وممارسة الرياضة ، وأحرصي على التنوع في غذائك خلال الأسبوع للحصول على أغلب الفيتامينات .

النصيحة الثانية:

تناولي البطاطا والرز والمعكرونية والخبز الأسمر كل يوم.

- تناولي منتجات الخبز الأسمر والشوفان والبطاطا كل يوم، اما الرز الأسمر والمعكرونية السمراء مرتين بالاسبوع.

- تناول البطاطا والأرز أو المعكرونية مرتين إلى ثلاث مرات في الأسبوع.هي صحية ولكن تختلف مع الحبوب الكاملة لانها تحتوي على سعرات حرارية قليلة ،فلذا تكونين بحاجة لتناول المزيد من الخضار والفواكه معها يومياً.

- الخبز والحبوب الكاملة والحبوب توفر العديد من المواد الغذائية وغنية بالألياف وفيتامين (ب) حيث تعتبرأغذية صحية منخفضة الدهون ، فتساعد على تخفيض الدهون ،وذلك باستخدام اجزاء الحبوب كاملة .ويمكن تناول نصف كمية الحبوب مع نصف الكمية من الرز او المعكرونية او الخبز الابيض.

-من الأفضل تناول المعكرونية السمراء والرز الاسمر لانها بالاضافة لأحتوائها على الفيتامينات والمعادن ، فانها تساعد على التقليل من خطر الامراض الخطيرة.

- البطاطا غنية بالألياف الغذائية وفيتامين ب و ث والثيامين والنياسين وجيدة لتناولها للعشاء في كل يوم ، ويفضل إعدادها مع الخضاردون استخدام الدهون .

- ينبغي ألا يكون هناك الكثيرمن الدهون والسكر في الخبز او المعجنات .و تناوليها بكميات قليلة.

- الأرز والبطاطا والمعكرونية والذرة هي من الأكلات التي تعتمد عليها أغلب الشعوب في العالم يجب ملاحظة كمية الاكل لانها سوف تتحول الى سكريات في الجسم.

- بامكاننا التنوع بأنواع الحبوب مثل الفاصوليا والعدس والحمص والفول والماش....الخ ولكن بكميات مناسبة.

احرصي على أن يكون ثلث طبقك من الرز أو الخبز أو المعكرونية ولو استقام الناس في مأكلهم لاستقامت ابدانهم.

صحتك
نصائح غذائية



إعداد: ندى الشمري

خطبة السيدة زينب الكبرى عليها السلام في مجلس يزيد *القسم الأول*

ان السيدة زينب عليها السلام كانت أجل شأنا وأرفع قدراً من أن تخطب في مجلس ملوث لا يليق بها ، لأنها سيدة المخدرات والمحجبات، ولكن الضرورة أباحت لها أن توقظ تلك الضمائر التي عاشت في سبات فبعد ان شاهدت عليها السلام في مجلس يزيد مشاهد وقضايا ، وسمعت من يزيد كلمات تعتبر من أشد أنواع الإهانة والاستخفاف بالمقدسات وأقبح أشكال الإستهزاء بالمعتقدات الدينية وأبشع مظاهر الدناءة واللؤم . . في تصرفاته الحاقدة اضافة الى أن يزيد قام بجريمة كبرى وهي أنه وضع رأس الإمام الحسين عليه السلام أمامه وبدأ يضرب بالعصا على شفتيه وأسنانه ، وهو يشرب الخمر ولعل التكليف الشرعي فرض على السيدة زينب عليها السلام أن تكشف الغطاء عن الحقائق المخفية عن الحاضرين في ذلك المجلس الرهيب فقامت على قدميها وأشرفت على المجلس وقالت :

الحمد لله رب العالمين ، والصلاة على جدي سيد المرسلين . صدق الله سبحانه ، كذلك يقول : ﴿ثُمَّ كَانَ عَاقِبَةَ الَّذِينَ أَسَاءُوا السُّوءَى أَن كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ وَكَانُوا بِهَا يَسْتَهْزِئُونَ﴾ أظننت ـ يا يزيد ـ حين أخذت علينا أقطار الأرض وضيقت علينا آفاق السماء ، فأصبحنا لك في إسار ، نساق إليك سوقاً في قطار ، وأنت علينا ذو اقتدار ، أنَّ بنا من الله هواناً ، وعليك منه كرامةً وامتناناً ، وأن ذلك لعظم خطرك وجلالة قدرك ، فشمخت بأنفك ، ونظرت في عطفك ، تضرب أصدريك فرحاً ، وتنفض مذرويك مرحاً ، حين رأيت الدنيا لك مستوسقة والأمور لديك متسقة ، وحين صفى لك ملكنا ، وخلص لك سلطاننا ، فمهلاً مهلا ، لا تطش جهلاً ، أنسيت قول الله (عزوجل) : ﴿وَلاَ يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّمَا نُمْلِي لَهُمْ خَيْرٌ لأَنْفُسِهِمْ إِنَّمَا نُمْلِي لَهُمْ لِيَزْدَادُوا إِثْماً وَلَهُمْ عَذَابٌ مُهِينٌ﴾

إفتتحت كلامها بحمد الله رب العالمين ، ثم الصلاة على جدها سيد المرسلين ، فهي ـ بهذه الجملة ـ عرفت نفسها للحاضرين أنها حفيدة رسول الله سيد المرسلين صلى الله عليه وآله حتى يعرف الحاضرون أن هذه العائلة المسبية الأسيرة هي من ذراري رسول الله ، لا من بلاد الكفر والشرك . ثم قرأت السيدة هذه الآية :

(ثُمَّ كَانَ عَاقِبَةَ الَّذِينَ أَسَاءُوا السُّوءَى أَن كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ وَكَانُوا بِهِ يَسْتَهْزِئُونَ)

اي كان آخر أمر الذين أساؤا إلى نفوسهم ـ بالكفر بالله وتكذيب رسله ، وارتكاب معاصيه عذاب النار واشارت عليها السلام بكلامها ـ هذا ـ إلى تلك الأبيات التي قالها يزيد : (لعبت هاشم بالملك فلا خبر جاء ولا وحي نزل) وتصف السيدة زينب حالها وأحوال من معها من العائلة المكرمة ، أنهم كانوا في أشد الضيق ، كالإنسان الذي منعوه وحاصروه من جميع الجوانب والجهات ، بحيث لا يستطيع الخروج والتخلص من الأزمة .وبعد هذا التضييق والتشديد ، والمنع والحبس أصبحنا نساق مثل الأسارى الذين يأتون بهم من بلاد الكفر عند فتحها في طابور طويل مربوطين ومكتفين بحبل واحد ونحن في حالة الضعف وأنت في حالة القدرة لما رأيتنا مغلوبين ، ووجدت الغلبة والظفر لنفسك و أن ليس لنا جاه ومنزلة عند الله ، لأننا مغلوبون وظننت أن لك عند الله جاهاً وكرامة لأنك غلبتنا وظفرت بنا ، وقتلت رجالنا ، وسبيت نساءنا وعلى أساس هذا الظن الخاطئ إستولت عليك نشوةُ الإنتصار فرفعت انفك وعجبتك نفسك وحركة راسك من شدة الفرح والعجب بالنفس ازاء ماحققت من انتصار موهوم وجئت مرحا طربا حين رأيت الدنيا لك مجتمعة و الأمور على ما تحب وترضى فكل شيء يجري كما تريد .ورأيت من نفسك ملكاً وسلطاناً قد نجح في خطته التي رسمها لإبادة منافسه وأسر نسائه . على مهلك ليس الأمر كما تعتقد أو كما تظن فهذا بسبب جهلك بالحقائق ، وخلطك بين المفاهيم والقيم ، والإغترار بالظواهر .

(أنسيت قول الله (عزوجل) : ﴿وَلاَ يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّمَا نُمْلِي لَهُمْ خَيْرٌ لأَنْفُسِهِمْ إِنَّمَا نُمْلِي لَهُمْ لِيَزْدَادُوا إِثْماً وَلَهُمْ عَذَابٌ مُهِينٌ﴾



فلتكون الزهراء عليها السلام قدوتنا

اعداد: هدى الزيدي
رسم وتلوين: اسراء حميد



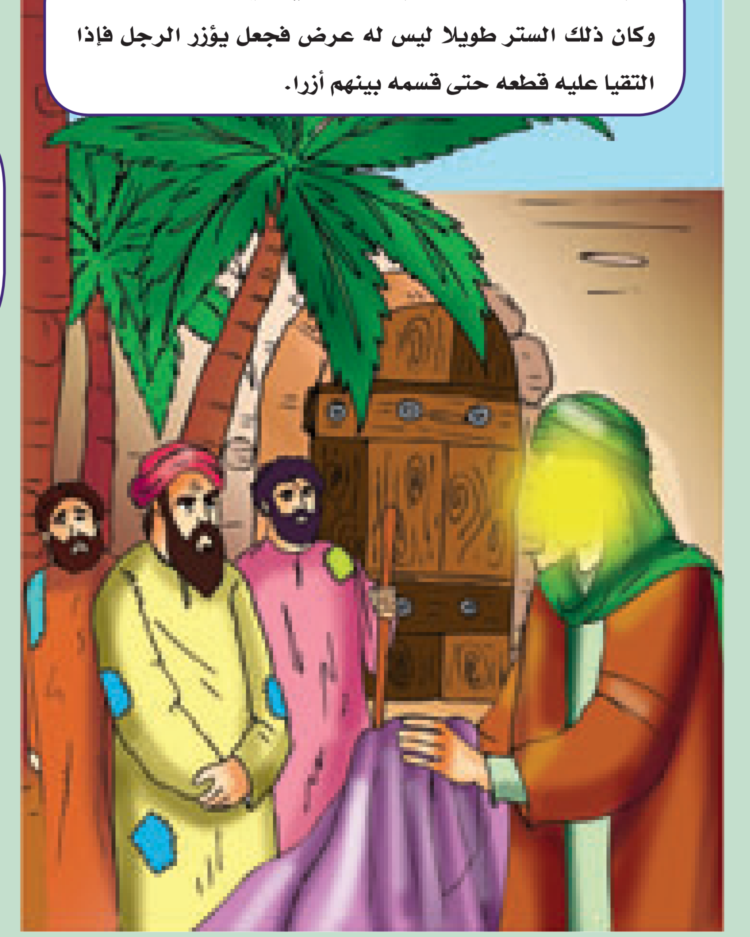







فدعت ابنيها فنزعت الستر من بابها وخلعت السوارين من يديها ، ثم دفعت السوارين إلى أحدهما والستر إلى الاخر
انطلقا إلى أبي فاقرئاه السلام وقولا له : ما أحدثنا بعدك غيرهذا فشأنك به


فجاءاه فأبلغاه ذلك عن أمهما فقبلهما رسول الله ﷺ والتزمهما وأقعد كل واحد منهما على فخذه ، ثم أمر بذينك السوارين فكسرا فجعلهما قطعا ثم دعا أهل الصفة وهم قوم من المهاجرين لم يكن لهم منازل ولا أموال ، فقسمه بينهم قطعا.


ثم جعل يدعو الرجل منهم الفقير الذي لا يملك شيئا يستتر به وكان ذلك الستر طويلا ليس له عرض فجعل يؤزر الرجل فإذا التقيا عليه قطعه حتى قسمه بينهم أزرا.


رحم الله فاطمة ليكسونها الله بهذا الستر من كسوة الجنة ، وليحلينها بهذين السوارين من حلية الجنة .



أدلّة الانتظار البناء

ذكرنا في العدد السابق ان هناك نوعان من الانتظار للامام لمهدي عليه السلام الاول هو الانتظار الهدام والثاني هو الانتظار البناء وقلنا بان الانتظار مستند الى الآيات الروايات حيث انها تشير إلى أنّ المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف هو مظهرٌ لحتميّة انتصار قوى الحقّ في صراعها مع الباطل، وتجسيدٌ لآمال المؤمنين العاملين، فتشكّل هذه الآيات والروايات منطلقاً لهذا التفكير، فكيف ذلك؟

- إنّ الروايات والآيات قد ركّزت على وجود فئة أهل الحقّ في عصر الظهور... بل إنّ الموعودين بالاستخلاف في الأرض والمنتصرين في حركة المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف، هم خصوص المؤمنين العاملين بالصالحات، كما في الآية الشريفة: ﴿وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُم فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُم مِّن بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا يَعْبُدُونَنِي لَا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئًا﴾.

فظهور المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف لا يستهدف ملء الأرض إيماناً وتوحيداً وصلاحاً فحسب، بل يستهدف نصرة أهل الحقّ والفئة المظلومة وإنقاذهم.

وعليه فلا بدّ أن يستمرّ الصراع فتكون هناك فئة يستضعفها أهل الظلم والتجبّر، فيمنّ اللّه عليها بظهور المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف: ﴿وَنُرِيدُ أَن نَّمُنَّ عَلَى الَّذِينَ اسْتُضْعِفُوا فِي الْأَرْضِ وَنَجْعَلَهُمْ أَئِمَّةً وَنَجْعَلَهُمُ الْوَارِثِينَ﴾.

- وتحدّثت الروايات عن أنّ نخبة من المؤمنين ستلتحق بالمهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف فيكونون من أنصاره.

وإذا كان لا بدّ من نخبة في ذلك الزمان فلا نشكّ بضرورة وجود أرضيّة صالحة تستمرّ على مدى الأيّام في تأمين هذه

بقية الله

النخبة وتربيتها، وهذا لا يتمّ بنشر الفساد والحقد على المصلحين والعاملين!

- بل تشير الروايات إلى سلسلة نهضات تسبق ظهوره، كنهضة اليمانيّ.

وهذه النهضات لا يمكن أن تنطلق من العدم، بل لا بدّ أنّها تندرج في سلسلة الصراع بين أهل الحقّ وأهل الباطل.

- وأكثر من ذلك، ليست نهضة المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف متوقّفة على وجود فئة ونخبة من أهل الحقّ ونهضاتهم فحسب، بل لا بدّ من أن يشيّدوا دولة لهم تسبق ظهوره.

فقد أشارت بعض روايات عصر الظهور إلى أنّه في ذلك العصر تقوم دولة للحقّ تستمرّ حتّى ظهوره.

وهذا أيضاً من الدلائل على أنّ الظهور لا يقترن بفناء الجناح المناصر للحقّ، بل بانتصارٍ أوّليّ لجناح العدل والتقوى على جناح الظلم والفساد.

كلّ هذا يؤكّد على ضرورة استمرار صراع الحقّ وأنصاره مع الباطل وأهله، ليُختتم ذلك بظهور المهديّ عجل اللّه تعالى فرجه الشريف منقذاً لأنصار الحقّ وناصراً لهم، فيكون هذا الظهورُ المبارك الحلقةَ الأخيرةَ من حلقات الصراع الطويل بين الحقّ وبين الباطل، وبه يتحقّق هدف الأنبياء والصالحين والمجاهدين.

والانتظار المثمر البنّاء الذي يبني تصوّره على هذا الأساس، والذي يدعو إلى العمل والجهاد والدفاع عن الحقّ هو الانتظار الذي يستحقّ أن يكون أفضل عبادة أمّة رسول اللّه صلى اللّه عليه وآله وسلم.



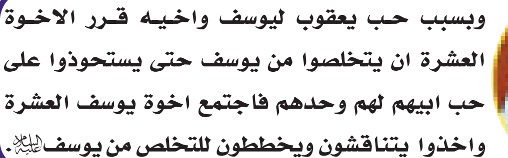
الذئب البريء

سيناريو: ام محمد
رسوم: اسراء حميد

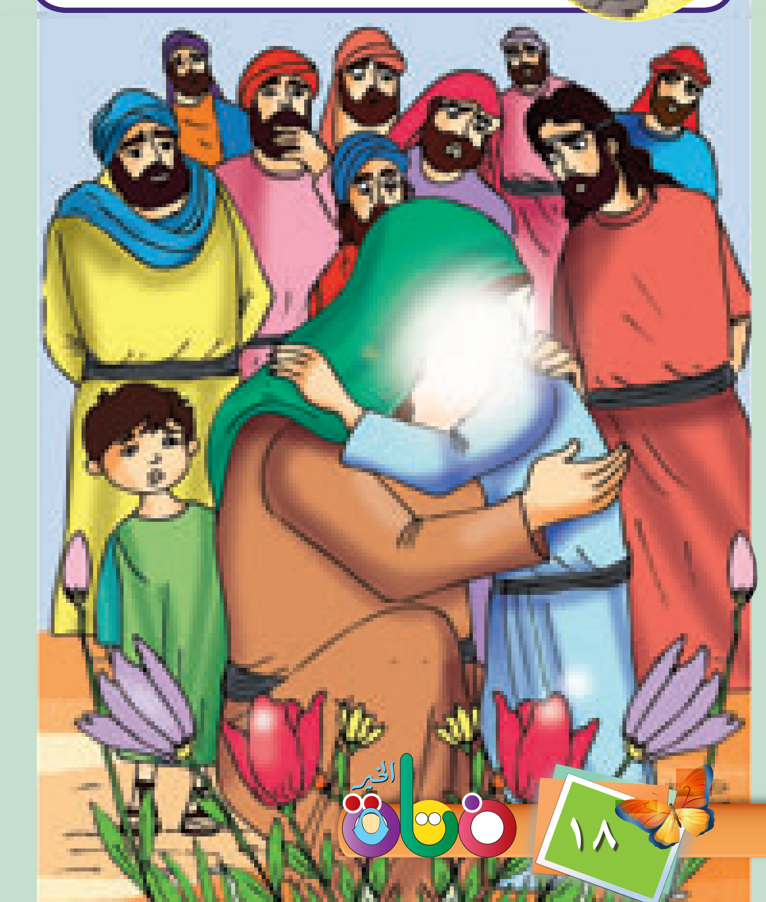




كان نبي الله يعقوب متزوجا من زوجة اولى انجبت له عشرة ابناء .. ثم تزوج من زوجة ثانية انجبت له اثنان من الابناء .. وكان ابناء يعقوب العشرة لايحبون يوسف واخاه بسبب قربهما من ابيهما.



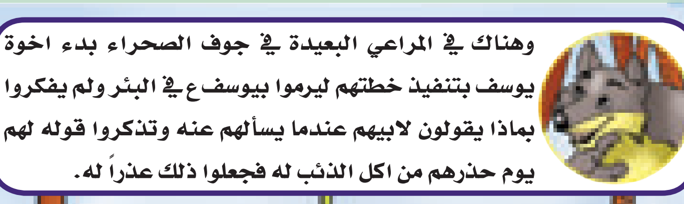
وبسبب حب يعقوب ليوسف واخيه قرر الاخوة العشرة ان يتخلصوا من يوسف حتى يستحوذوا على حب ابيهم لهم وحدهم فاجتمع اخوة يوسف العشرة واخذوا يتناقشون ويخططون للتخلص من يوسف﵇.

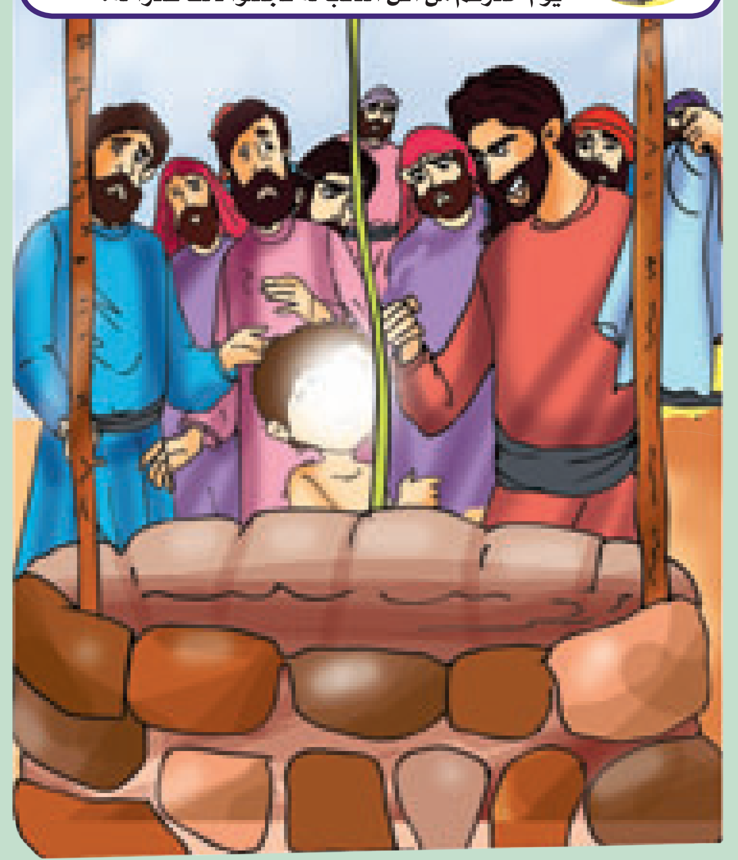


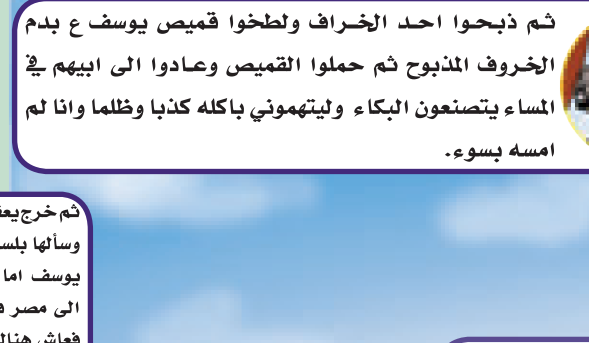



وهكذا دبر اخوة يوسف امر التخلص منه وفي اليوم التالي وهم في طريقهم للخروج الى المرعى لرعي ابلهم ومواشيهم توجهوا الى ابيهم وكان يوسف يلعب قريبا منه.

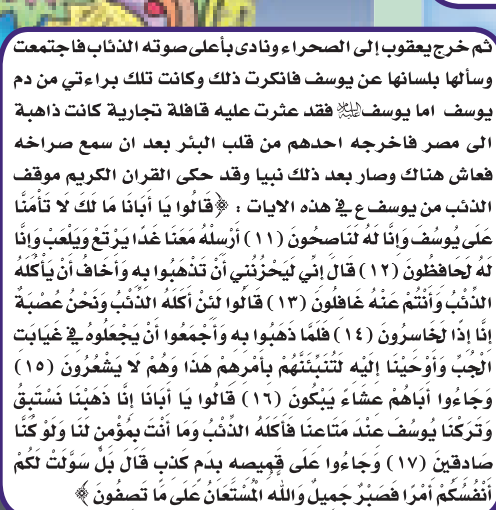

نريد منك ان تسمح لنا باخذ يوسف معنا الى المرعى ليلعب هناك ويمرح.
لا تخف عليه سنحرسه طوال الوقت ولن يغيب عن اعيننا لحظة واحدةفكيف نغفل عنه ونتركه لياكله الذئب ونحن كثيرون لن يحدث هذا يابي.
اني اخاف ان يأكله الذئب وانتم غافلون عنه للعب او رعي المواشي.


وهناك في المراعي البعيدة في جوف الصحراء بدء اخوة يوسف بتنفيذ خطتهم ليرموا بيوسف ع في البئر ولم يفكروا بماذا يقولون لابيهم عندما يسألهم عنه وتذكروا قوله لهم يوم حذرهم من اكل الذئب له فجعلوا ذلك عذراً له.




ثم ذبحوا احد الخراف ولطخوا قميص يوسف ع بدم الخروف المذبوح ثم حملوا القميص وعادوا الى ابيهم في المساء يتصنعون البكاء وليتهموني باكله كذبا وظلما وانا لم امسه بسوء.


اين اخوكم يوسف ؟
لقد غافلنا الذئب واكله
كيف ياكله الذئب ولا يمزق قميصه ..﴿بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ﴾


ثم خرج يعقوب إلى الصحراء ونادى بأعلى صوته الذئاب فاجتمعت وسألها بلسانها عن يوسف فانكرت ذلك وكانت تلك براءتي من دم يوسف اما يوسف عليه السلام فقد عثرت عليه قافلة تجارية كانت ذاهبة الى مصر فاخرجه احدهم من قلب البئر بعد ان سمع صراخه فعاش هناك وصار بعد ذلك نبيا وقد حكى القران الكريم موقف الذئب من يوسف ع في هذه الايات : ﴿قَالُوا يَا أَبَانَا مَا لَكَ لَا تَأْمَنَّا عَلَى يُوسُفَ وَإِنَّا لَهُ لَنَاصِحُونَ (١١) أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبْ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ (١٢) قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذِّئْبُ وَأَنْتُمْ عَنْهُ غَافِلُونَ (١٣) قَالُوا لَئِنْ أَكَلَهُ الذِّئْبُ وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّا إِذًا لَخَاسِرُونَ (١٤) فَلَمَّا ذَهَبُوا بِهِ وَأَجْمَعُوا أَنْ يَجْعَلُوهُ فِي غَيَابَتِ الْجُبِّ وَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِ لَتُنَبِّئَنَّهُمْ بِأَمْرِهِمْ هَذَا وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ (١٥) وَجَاءُوا أَبَاهُمْ عِشَاءً يَبْكُونَ (١٦) قَالُوا يَا أَبَانَا إِنَّا ذَهَبْنَا نَسْتَبِقُ وَتَرَكْنَا يُوسُفَ عِنْدَ مَتَاعِنَا فَأَكَلَهُ الذِّئْبُ وَمَا أَنْتَ بِمُؤْمِنٍ لَنَا وَلَوْ كُنَّا صَادِقِينَ (١٧) وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ﴾

واحة المعرفة

تعرفي على الفوائد الطبية الحديثة للتفاح

التفاح يطهر وينشط الأمعاء، ويمنع الامساك المزمن لاحتوائه على ألياف (السلليلوز) التي تساعد الأمعاء على حركتها الاستدارية، وهو يفتت الحصا في الكلى والحالب والمثانة والمرارة، ويزيل حمض البول، ويدر البول، وينقي الدم، وينشط الكبد، ويزيل الاحتقانات الصفراوية، ويهدىء الأعصاب، ويخلص الجسم من الأحماض والدهون، ويسهل افرازات غدد اللعاب والأمعاء والكبد، وينشط القلب، ويخفف آلام التهاب الاعصاب، ويساعد على خفض نسبة الكوليسترول في الدم، ويرمم الأنسجة، وهو مضاد للتصلب الشرياني وضغطه المرتفع، والارهاق الفكري والجسمي، ويساعد على التخلص من عسر الهضم والبدانة.

من الوصفات المستخدمة في العلاج

١- يشرب عصير التفاح الطازج بمقدار كوب صباحاً على الريق، وكوب مساء قبل النوم لمعالجة نقص المعادن في الجسم، وارتفاع الضغط ولإدرار البول، وتليين المعدة، وتنشيط الكبد، وتهدئة الأعصاب، والمساعدة على النوم، وتقوية الجسم، ودفع الوهن.

٢- لمعالجة الاسهال عند الأطفال : يتم بشر التفاح ناعماً، ويعطى للطفل على دفعات دون ان يعطى أي طعام آخر حتى يتم وقف الاسهال، وتحقيق الاخراج الطبيعي على الا تتجاوز الكمية في اليوم مقدار نصف كيلوغرام من التفاح المبشور.

٣- يؤكل التفاح المشوي المخلوط مع ملعقة من الزبدة، وملعقة من عسل النحل بمقدار تفاحة على الريق وبعد كل وجبة طعام للتخلص من السعال الشديد والبحة والامساك الشديد، وداء المفاصل وعلل الكبد واضطرابات الهضم.

٤- يشرب مستحلب قشور التفاح من قبل المراهقين ليساعدهم على نموهم وتزويد اجسامهم بكل ما تفتقر اليه من الأملاح المعدنية والفيتامينات، ولكل من يشعر بالوهن والضعف.

٦- للسعال والزكام والبحة والتهاب الشعب الهوائية والشاهوق (السعال الديكي) وارتفاع الحرارة: يقطّع كيلوجرام من التفاح بعد تنظيفه، ويطبخ في مقدار ليتر ماء طبخاً جيداً ثم يصفى ويعصر بقماشة، ويضاف اليه عشر ملاعق سكر ثم يرفع فوق نار خفيفة هادئة قليلاً ليأخذ قوام الشراب، ثم يبرد ويحفظ في زجاجات محكمة السد، وتؤخذ ٣ - ٤ ملاعق كبيرة في اليوم لما سبق.





أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى الإِبِلِ كَيفَ خُلِقَت

للجمل قدرة على تحمل ظروف صحراوية قاسية كفيلة بقتل معظم الحيوانات الأخرى، وللجمل سنام أو سنامين تعد مستودعاً للدهون حيث تصل كمية الدهون المخزنة بالسنام الواحد إلى ٣٦ كجم وحين الحاجة يتم أيض هذه الدهون فتنتج الطاقة والماء اللازمين وهكذا يبقي الجمل جلداً لمسافات طويلة من السير تبلغ ١٦١ كم دون شرب ماء! كما أن للجمل القدرة على تكييف درجة حرارة جسده ليلا ونهاراً مع درجة حرارة المحيط الخارجي، فهو بذلك نادر التعرق وهذا ما يجعله قادراً على الاحتفاظ بالماء في جسده حتى بدرجات الصحراء المرتفعة كدرجة ٤٩ درجة مئوية.

أنف الجمل أيضاً مصمم بطريقة تعمل على الاحتفاظ ببخار الماء الموجود بهواء الزفير، ومن ثم إرجاعه إلى سوائل الجسم فيقل بذلك فقد الماء، الكلى والأمعاء أيضاً تعملان بكفاءة عالية للاحتفاظ بالماء، وللجمل غطاء سميك يعمل على انعكاس أشعة الشمس الحارة كما يعمل على حمايته من الحرارة المنبعثة من رمال الصحراء الحارة وتعمل قوائمه الطويلة على إبعاد جسده عن الرمال الحارة، إذا اشتد عطش الجمل فإن له القدرة على شرب ١٣٥ لتر من الماء في ١٣ دقيقة فقط! وللجمل شفاه كبيرة خشنة وفم متين يمكنه ذلك من تناول نباتات الصحراء الشوكية والجافة ويتمتع الجمل بمشية خاصة وأقدام كبيرة غليظة ومستعرضة فلا يغوص في رمال الصحراء برغم وزنه الثقيل مع ما يمكن أن يحمل عليه من أوزان أخرى، للجمل حواجب كثة و صفين من الرموش الطويلة لكل عين وشعر أذن طويل وأنف يغلق بإحكام فلا يتأذى بذلك الجمل برمال الصحراء.

أليس في كل ذلك آيات تنطق بعظيم الخالق تبارك وتعالى وبديع صنعه؟ إن هذه الميزات تدعونا للتفكر في قوله تعالى: ﴿أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ﴾



صندوق السعادة

وضعت مديرة مدرسة الأخلاق الطيبة الأستاذة نبيلة صندوقاً في ساحة المدرسة ، وكتبت عليه "السعادة" فكانت التلميذات والمدرسات تجمعن في هذا الصندوق بعض المال والألعاب والملابس والكثير من الأشياء من التلميذات المستطيعات ويضعنها داخل الصندوق .

وبعد أن يكون الصندوق قد أحتوى على الكثير من الأشياء ، تجمعها المديرة وترتبها وتضعها في علب جميلة اللون والأشكال وتذهب مع عدد من المدرسات والتلميذات في زيارة لبيوت الفقراء والأيتام وتقدم لهم الهدايا والألعاب فتسعد قلوب الأطفال الفقراء من خلال الأشياء البسيطة .



أحبت التلميذات هذه الفكرة وتشجعن للقيام بها ، خاصة أن الأستاذة نبيلة علمتهن عبارة جميلة علقتها على حائط المدرسة :

" إذا أردت أن تكون سعيداً فحاول أن تسعد غيرك"

ابن آوى

ابن آوى يتغذى في المقام الأول، ببقايا الطعام في الطّرقات . ويوجد في الناحية الجانبية من هذه الصورة، قمّام آخر، وهو نسر ينتظر دوره في الغذاء .

ابن آوى حيوان من الفصيلة الكلبية، متوحش، يعيش في آسيا وإفريقيا وجنوب شرقي أوروبا، ويسميه العرب المُولِول نظرًا لعوائه وصراخه الحزين الذي يُسمع عادةً في الليل .

يقتات ابن آوى ـ في معظم الأحيان ـ ليلاً الحيوانات الصغيرة . وتأكل القمّامات (الحيوانات الرمَّامة) من بنات آوى في الغالب الجيف . ولهذا السبب، فإنها تعدُّ حيوانات مفيدة، إذ أنها تقوم بمهمة الكنَّاسين في بعض المدن الآسيوية والإفريقية . ولابن آوى رائحة مِسكية . ولهذا السبب، فهو يعتبر من الحيوانات المدللة .

ابن آوى الشائع أكثر شبهًا بالثعلب منه بالكلب . ويبلغ ارتفاعه نحو ٣٥ سم حتى كتفيه . ويتراوح طوله ما بين ٦٠ و ٧٥ سم . ولابن آوى شعر أصفر ضارب إلى اللون الرمادي، وذيل كثيف يبلغ طوله نحو ٢٠ سم . ولكن الناس يفضلون ابن آوى ذا الظهر الأسود الذي يعيش في إفريقيا، نظرًا لفروه الذي يعتبر أكثر جاذبية من فرو ابن آوى الشائع . أما ابن آوى المخطط الجانب فيعيش في شرقي وجنوبي إفريقيا .

إعداد : صفا علاء

كلمات أهل العصمة

- العالم والمتعلم شريكان في الاجر و لا خير فيما بين ذلك.
- العاقل من وضع الاشياء مواضعها والجاهل ضد ذلك.
- الدنيا لمن تركها والآخرة لمن طلبها.
- الشك يفسد اليقين ويبطل الدين.
- الشهوات آفات قاتلات
- الحرص لا يزيد في الرزق ولكن يذل القدر.
- الجزع لا يدفع القدر ولكن يحبط الأجر.
- الكذاب متهم في قوله وإن قويت حجته وصدقت لهجته.
- الزهد تقصير الامال وإخلاص الاعمال.
- الفرصة سريعة الفوت بطيئة العود.
- البكاء من خشية الله تعالى ينير القلب ويعصم عن معاودة الذنب.
- الكبر يساور القلوب مساورة السموم القاتلة.
- الانقباض عن المحارم من شيم العقلاء.
- الحكمة شجرة تنبت في القلب وتثمر على اللسان.
- العفاف يصون النفوس وينزهها عن الدنايا.
- الرضا بالكفاف خير من السعي في الاسراف.
- الحسود دائم السقم وإن كان صحيح الجسم. - الدنيا ظل الغمام وحلم المنام.
- المؤمن من طهر قلبه من الريبة.



- ان كتابة أول وصف للجذام كان ليوحنا بن ماسويه ،فقد كتب أول وصف للجذام في كتابه (كتاب في الجذام).
- ان أول من شرح جثة إنسان هو هيروفيلوس من مؤسسي مدرسة الإسكندرية والتي إنشأت حوالي سنة ٣٠ قبل الميلاد.
- ان أول من استخدم التخدير في العلاج العالم المسلم ابن سينا.
- ان أول من اكتشف الدورة الدموية الصغرى العالم المسلم ابن النفيس.
- ان أول من أصيب بمرض الجدري نبي الله أيوب عليه السلام.
- ان أول من اكتشف التدخين بالسجائر الهنود الحمر.
- أول مستشفى إسلامي بنيت في شمال أفريقيا كانت في مدينة مراكش بالمغرب.
- أن الجسم البشري يتكون من ٢٠٦ قطعة عظم .








الكلمة المفقودة

و	ا	ص	ل	و	ا	ف	ا	ع	ط
ا	ل	ب	ن	ي	ن	ت	ن	ط	م
ة	ث	ة	ب	ن	ت	و	ي	ق	ح
ا	ز	و	ع	ا	م	م	ر	ب	ن
م	ق	د	ي	ب		ل	ع	ا	ي
ك	م	ث	ل	ل	ر	ا	ل	ل	ت
ي	ر	و	س	ن	ب	أ	ا	ر	و
و	ت	ذ	ك	ر	ي	ن	ي	ب	ل
ي	ن	و	ع	د	ت	ا	ل	ى	ا

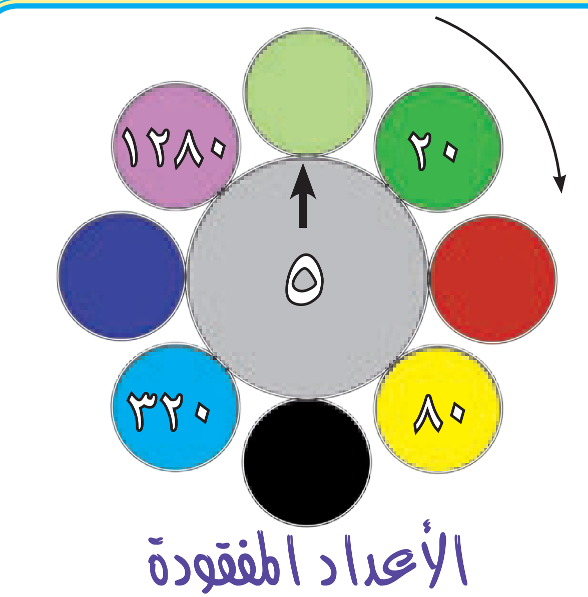
هذان البيتان في حق السيدة ام البنين عليها السلام على لسان حالها بعد فقدها لأبناءها الأربعة الذين ضحت بهم في سبيل الله وفداءً للحسين عليه السلام حروفها منتشرة في هذه المربعات اشري عليه مستخرجتا ثلاث كلمات ضائعة في هذه المربعات تكون اسمها وأسم ابيها

لا تدعوني وَيْكِ أمّ البنين تذكّريني بليوث العرين

أربعة مثل نسور الربى قد واصلوا الموتَ بقطع الوتين

جواب العدد السابق (محمد بن الحسن)

الجواب في العدد القادم



الأعداد المفقودة

إعداد استاذ لبيب السعدي

ابدئي بالعدد الموجود في الدائرة الوسطى وتحركي باتجاه عقرب الساعة باستخدام (عدد ما) واحدى العمليات الحسابية (+،−،×،÷) ، وبالاستعانة بالأعداد الموجودة في الدائرة لتحصل على الأعداد المفقودة في الدوائر الأخرى.

انتظري الحل في العدد القادم.



العملية المستخدمة هي (-) والعدد هو(٦)



١- ما اسم المرأة التي ذُكر اسمها في القرآن الكريم، وكم مرة؟

٢- ما اسم السورة التي يكون فيها لفظ الجلالة (الله) في كل آية من آياتها..؟

٣- ما هي السورة التي تحدثت عن المنافقين وفضحت أسرارهم حتى سميت بالفاضحة؟

٤- ذُكر في القرآن الكريم غذاء سهل الهضم على المعدة وعظيم الفائدة للجسم ما هو؟

٥- كم مرة ذكرت (فبأي آلاء ربكما تكذبان) في سورة الرحمن؟

٦- أيهما أصح أن نقول: أقصر السور أو أصغر السور؟



ليتها كانت القاضية



عاد أحد الأعراب نحويا ، فسأل عما يشكو .
فقال النحوي : حمى جاسية ، نارها حاميه ، منها الأعضاء واهية ، والعظام بالية .
فقال الأعرابي : لا شفاك الله بعافية ، يا ليتها كانت القاضية ..

كأن أمه أرضعتك



حضر أعرابي إلى مائدة بعض الخلفاء ، فقدم له جدياً مشوياً، فجعل الأعرابي يسرع في الاكل منه . فقال له الخليفة : أراك تأكله بتشفي كأن أمه نطحتك فقال : أراك تشفق عليه كأن أمه أرضعتك .



غبي جازف بحياته ودخل بيت يحترق وطلّع منه أربعة أشخاص بالقوة ..
بالرغم من فعله البطولي .. ولكن الشرطة مسكته وعاقبته وسجنته ..
اوذلك لان الذين انقذهم كانوا هم من الدفاع المدني

١. مريم بنت عمران ذكرت ٣٦ مرة ٢. سورة الجاثية ٦. سورة التوبة ٣. اليقطين ٥. ٦/مرة
٢. أقصر اسم لان لا يجب له هو شعيب في القرآن الكريم

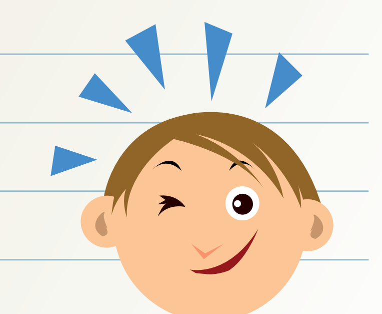




قصة مثل
تسمع بالمعيدي خير من أن تراه

في عهد أحد الخلفاء كان هناك رجل ثري اشتهر بالكرم والجود والعطاء ومكارم الأخلاق اسمه "المعيدي"

هذا الرجل احبه الناس كلهم لمكارم اخلاقه فكان يعين المحتاجين ولا يرد سائلاً كما انه كان حكيماً ايضا فاشتهر بين الناس حتى ذاع صيته ووصل صيته الى الخليفة فأرسل في طلبه كي يراه ويرى إن كان كما يقول الناس عنه فيدنيه من مجلسه وحاشيته وجاء هذا الرجل الى الخليفة فما ان رآه حتى قال "تسمع بالمعيدي خيرمن أن تراه"



فقد كان هذا الرجل قبيح الوجه غير مرتب في ملابسه ولا في شعره بل هو في غاية البساطة وعندما سمع الرجل الخليفة رد عليه قائلا

"يامولاي ،إن الرجال ليسوا بقراً ولا غنماً كي تنظر إلى وجوههم وأجسامهم ،إنما يعيش المرء بأصغريه قلبه ولسانه"

فأعجب الخليفة من رده الحكيم وجعله أحد مستشاريه وقربه منه.

ولكن مع ذلك فقد صارت هذه الكلمة مثلا ايضا.

انت بالغة في هذا الشهر جمادى الآخرة ١٤٣٤هـ

تبلغ الانثى (الفتاة)

باكمال تسع سنين هلالية

يوم الولادة للفتاة		يوم البلوغ	
جمادى الآخرة ١٤٢٥	تموز / آب ٢٠٠٤	جمادى الآخرة ١٤٣٤	نيسان / ايار ٢٠١٣
١	١٨	١	١٢
٢	١٩	٢	١٣
٣	٢٠	٣	١٤
٤	٢١	٤	١٥
٥	٢٢	٥	١٦
٦	٢٣	٦	١٧
٧	٢٤	٧	١٨
٨	٢٥	٨	١٩
٩	٢٦	٩	٢٠
١٠	٧٢	١٠	٢١
١١	٢٨	١١	٢٢
١٢	٢٩	١٢	٢٣
١٣	٣٠	١٣	٢٤
١٤	٣١	١٤	٢٥
١٥	١/ آب	١٥	٢٦
١٦	٢	١٦	٢٧
١٧	٣	١٧	٢٨
١٨	٤	١٨	٢٩
١٩	٥	١٩	٣٠
٢٠	٦	٢٠	١/ ايار
٢١	٧	٢١	٢
٢٢	٨	٢٢	٣
٢٣	٩	٢٣	٤
٢٤	١٠	٢٤	٥
٢٥	١١	٢٥	٦
٢٦	١٢	٢٦	٧
٢٧	١٣	٢٧	٨
٢٨	١٤	٢٨	٩
٢٩	١٥	٢٩	١٠
		٣٠	١١

دعاء عند السفر

اَللّهُمَّ اِنّي اَسْتَوْدِعُك الْيَوْمَ نَفْسي وَاَهْلي وَمالي وَوُلْدي وَمَنْ كانَ مِنّي بِسَبيل، الشّاهِدَ مِنهُمْ وَالْغائِبَ، اَللّهُمَّ احْفَظْنا بِحِفْظِ الْاْيمانِ وَاحْفَظْ عَلَيْنا، اَللّهُمَّ اجْعَلْنا في رَحْمَتِكَ وَلا تَسْلُبْنا فَضْلَكَ اِنّا اِلَيْكَ راغِبُونَ، اَللّهُمَّ اِنّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعْثاءِ السَّفَرِ، وَكَآبَةِ الْمُنْقَلَبِ، وَسُوءِ الْمَنْظَرِ في الْاَهْلِ وَالْمالِ وَالْوَلَدِ فِي الدُّنْيا وَالْاخِرَةِ، اَللّهُمَّ اِنّي اَتَوَجَّهُ اِلَيْكَ هذا التَّوَجُّهَ طَلَباً لِمَرْضاتِكَ وَتَقَرُّباً اِلَيْكَ، اَللّهُمَّ فَبَلِّغْني ما اُؤَمِّلُهُ وَاَرْجُوهُ فيكَ وَفي اَوْلِيائِكَ يا اَرْحَمَ الرّاحِمينَ.


ألم أعهد إليكم يا بني آدم أن لا تعبدوا الشيطان إنه
لكم عدو مبين (٦٠) وأن اعبدوني هذا صراط مستقيم